



SSF Vårprogram 2023 och information

1 / 12

Föreläsning om choklad- och praliners historia

Tisdagen den 18 april kl.18.30

ABF, Lidköping, Fabriksgatan 4 ingång 2

(Rörstrandshuset, kostnadsfri parkering utanför)

Följ med på en resa i chokladens tecken. Från industrin- till dagens hantverkschoklad och handgjorda praliner. Vi går igenom lite av kakaos historia och dess väg till Sverige, om odling av kakaon och tillverkningen av hantverkschoklad. För att sen fortsätta med pralintillverkning, olika varianter av praliner och smaker. Allt varvas med provning av olika chokladsorter och av några nygjorda praliner.



Choklad i Kubik är ett litet företag här i Lidköping som startades hösten 2018. Praliner tillverkas i små batcher där smaken står i fokus. Pralinmakaren Kicki har hållit på med choklad i 8 år och är utbildad konditor.

Avgiften för kvällen är 100kr för medlemmar. Icke SSF medlemmar betalar självkostnadspriset på 350kr (det lönar sig att vara medlem). Betalning för icke-medlemmar sker till SSF PG 403844-4 senast den 4 april. Vill du betala med Swish, hör av dig till oss. Vi bjuder på fika. Reseersättning utgår. Samåk gärna.

OBS, chokladen innehåller mjölk och soja, samt spår av nötter och mandel

OBS, vi måste bli minst 10 deltagare, så anmäl dig genast, dock **senast den 4 april**, till Kerstin Djupström på mail kerstin.djupstrom@hotmail.com eller telnr 0709309383.

OBS. Endast symtomfria deltagare.

Alla fysiska träffar endast ifall rådande covid-19 restriktionerna tillåter.

Besök gärna SSFs hemsida: ssf.st

Facebooksida: facebook.com/skaraborgsstamningsforening/

Facebookgrupp facebook.com/groups/Skaraborgsstamningsforening/



samarbetar med



Skaraborg



SSF Vårprogram 2023 och information

2 / 12

Hälsa- och friskvårdskväll

Onsdagen den 10 maj kl.18.30

ABF Götene, Järnvägsgatan 13 (mittemot busstationen)



Ulrika Woxlin håller i en föreläsning/workshop om rörelse och matens betydelse, samt lite yoga på stol och "soundhealing", dvs ljudmedicin som jobbar med vibrationer och energier. Då vi är energivarelser som vibrerar behöver vi komma i balans genom olika verktyg som passar dig bäst. Här kan du få uppleva vibrationer genom sjungande kristallskålar, samt toning via din egen röst. Du behöver inte ha en vacker sångröst utan bara låta/ljuda/tona ut vokaler som skapar vibrationer i kroppen, och läker på cellnivå.

Avgiften för kvällen är 50kr för medlemmar. Icke SSF medlemmar betalar självkostnadspriset på 150kr (det lönar sig att vara medlem). Betalning för icke-medlemmar sker till SSF PG 403844-4 senast den 5 maj. Vill du betala med Swish, hör av dig till oss. Vi bjuder på fika. Reseersättning utgår. Samåk gärna.

Anmäl dig genast, dock **senast den 5 maj**, till Kerstin Djupström på mail kerstin.djupstrom@hotmail.com eller telnr 0709309383.

OBS. Endast symtomfria deltagare.

Alla fysiska träffar endast ifall rådande covid-19 restriktionerna tillåter.

Nästkommande evenemang, glasfusing, blev inställd i februari pga snöstorm, men blir nu i maj.

Besök gärna SSFs hemsida: ssf.st

Facebooksida: facebook.com/skaraborgsstamningsforening/

Facebookgrupp facebook.com/groups/Skaraborgsstamningsforening/



samarbetar med



Skaraborg



SSF Vårprogram 2023 och information

3 / 12

Prova på Glasfusing

Tisdagen den 30 maj kl.18.30

ABFs keramikverkstad Lidköping, Fabriksgatan 4 entré 5
(Rörstrandshuset, kostnadsfri parkering utanför)

Glasfusing är en teknik för att tillverka smycken av glas. Fusing kommer från engelskans fuse och betyder smälta ihop. Det är just det glasfusing handlar om - kantiga, hårda och färgade glas som smälts ihop till mjuka, sagolikt vackra skapelser. Med hjälp av en micro och en hotpot så kan man skapa underbara skapelser väldigt snabbt och enkelt, men med en riktig brännarugn kan man göra större konstverk. Även en nybörjare får fram härligt vackra skapelser.



Vi får prova att skära och lägga ihop glasbitar till ett litet fat eller lite smycken. Du behöver inte ha med dig något. ABF förser oss med material, ugn och specialverktyg.

Avgiften för kvällen är 50kr för medlemmar. Icke SSF medlemmar betalar självkostnadspriset på 250kr (det lönar sig att vara medlem), material ingår. Betalning för icke-medlemmar sker till SSF PG 403844-4 senast den 26 februari. Vill du betala med Swish, hör av dig till oss. Vi bjuder på fika. Reseersättning utgår. Samåk gärna.

OBS, vi måste bli minst 6 deltagare och kan bli max 8-10 deltagare, så anmäl dig genast, dock senast den 20 maj, till Anita Blom, 0705-223916, anitasblom@gmail.com.

OBS. Endast symtomfria deltagare.

Alla fysiska träffar endast ifall rådande covid-19 restriktionerna tillåter.

Besök gärna SSFs hemsida: ssf.st

Facebooksida: facebook.com/skaraborgsstamningsforening/

Facebookgrupp facebook.com/groups/Skaraborgsstamningsforening/



samarbetar med



Skaraborg



SSF Vårprogram 2023 och information

4 / 12

Frisbeegolf / Discgolf

Söndagen den 11 juni kl. 11.00

Discgolfbanan vid Lundsbrunn Resort & Spa

lundsbrunn.se/att-gora/discgolfpark/



Discgolf, eller frisbeegolf, är en blandning av golf och att kasta frisbee. Det är nu en officiell sport och i vissa länder är det fler som spelar discgolf än vanlig golf! Den tilltalande sysselsättningen att kasta en disc kombinerat med tävlingsmomentet och att vara ute i naturen med vänner är en del av det som lockar spelarna. Som namnet antyder är reglerna lika bollgolfens men istället för boll och klubba kastas en frisbee, och istället för hål används korgar som mål. Det kommer att bli en trevlig stund, där vi kan umgås och njuta av Lundsbrunns vackra omgivning.

Här en video som beskriver discgolf: youtube.com/watch?v=Z-Poc8wq_Tg

Vi möts upp vid parkeringen vid Lundsbrunns Resort & Spa och går den enklare 9-hålsbanan.

Discgolf är kostnadsfri för medlemmar och då ingår disc-hyra. (Har du egna frisbees får du förstås ta med dessa.) Icke SSF medlemmar betalar självkostnadspriset på 65kr (det lönar sig att vara medlem). Var och en tar med eget fika som vi intar gemensamt efteråt. Vi bjuder medlemmarna på fika på Lundsbrunn Resort & Spa. Icke-medlemmar betalar för fika. Har du allergier eller har barnen andra önskemål, ta gärna med eget som kan förtäras på banan. Resesättning utgår. Samåk gärna.

Kläder efter väder. **OBS** vid dåligt väder, eller vid för få deltagare, ställs träffen in, så det är viktigt att du hör av dig ifall du anmält dig men fått förhinder, och att vi får dina kontaktuppgifter.

Anmäl dig genast, dock **senast den 7 juni**, till Anita, 0705-223916, anitasblom@gmail.com.

OBS. Endast symtomfria deltagare.

Alla fysiska träffar endast ifall rådande covid-19 restriktionerna tillåter.

Besök gärna SSFs hemsida: ssf.st

Facebooksida: facebook.com/skaraborgsstamningsforening/

Facebookgrupp facebook.com/groups/Skaraborgsstamningsforening/



samarbetar med



Skaraborg



SSF Vårprogram 2023 och information

5 / 12



Barnläger Västerås 5-7 maj 2023

På programmet står lekar och aktiviteter för barnen medan föräldrarna bekantar sig med varandra, utbyter erfarenheter och lär sig mer om stamning och behandlingsformer från stamningsforskare Per Alm och specialistlogoped Karin Dahlin.

Avgiften avser ett barn och en förälder, och i den ingår dubbelrum, all mat från fredag kväll till söndag lunch och alla aktiviteter

Detta läger riktar sig i första hand till nya deltagare, då vi vill att så många familjer som möjligt ska få chansen att delta på våra läger. Om du redan har deltagit på ett tidigare barnläger och vill återvända, kan du ändå kontakta oss för att sättas på reservlista. (Ni som deltog på 2022 års barnläger i Västerås och vill ha en uppföljande träff, kontakta gärna kansliet för planering av en sådan.)

Datum: 5-7 maj

Ålder: 7-12 år

Plats: Scandic Västerås

Kostnad: 2400 kr för ett barn och en förälder

OBS! Begränsat antal platser, så först till kvarn gäller

Senaste datum för anmälan: 28 februari

Mer detaljerad information kommer till de som anmäler sitt deltagande. Ange i anmälan vilka familjemedlemmar som vill delta, barnets ålder, er adress och telefonnummer, eventuella allergier, kostval, funktionsnedsättningar och annan relevant information. (Observera att ni måste vara medlemmar i Stamningsförbundet för att kunna delta på våra läger.)

För anmälan eller frågor

kontakta Stamningsförbundets kansli

telefon: 0727133165

e-post: kansliet@stamning.se

Håll även utkik på stamning.se/barnlager/ och på förbundets sociala medier.

Besök gärna SSFs hemsida: ssf.st

Facebooksida: facebook.com/skaraborgsstamningsforening/

Facebookgrupp facebook.com/groups/Skaraborgsstamningsforening/



samarbetar med



Skaraborg



SSF Vårprogram 2023 och information

6 / 12

Barnfamiljer

Har ni förslag på aktiviteter som ni som barnfamilj skulle vilja göra tillsammans med andra medlemsfamiljer i SSF? Bad? Bowling? Minigolf? Spel? Pyssel? Djurpark? Hör gärna av er till oss med förslag, så lägger vi till det.



Om intresset finns anordnar vi en **Föräldraträff** någonstans i Skaraborg. Har du ett barn som stammar? Vill du prata om vardagen och skolan? Vill du veta mer om lägren? Vill du ta en titt på senaste stamningsmaterial? Vill du se på en film om stamning? Kan vi hjälpa till med något, t.ex. komma till barnets skola eller ha/hjälpa till med en utställning? Och tillsammans kan vi kanske planera några roliga **familjeaktiviteter** (äventyrsbad, femkamp, bio mm). SSF bjuder våra medlemmar på fika och reseersättning på de flesta träffarna (25 kr/mil om du bor i Skaraborg och har över en mil i resväg). Intresseanmälan till info@ssf.st eller 0705-223916.

Ungdomshelg 15-16 april 2023

Stamningsförbundet bjuder in till en helgträff i Göteborg den 15-16 april.

Är du mellan 18 och 25 år, medlem i Stamningsförbundet, och vill träffa andra personer i samma ålder som stammar kan detta vara något för dig.

Deltagaravgiften är 500 kr och i denna ingår:

- boende på hotell lördag-söndag
- lunch på lördagen
- middag på lördagen
- aktiviteter (vi funderar bl.a. på trekamp)

Detaljerna planeras fortfarande men vi behöver få in intresseanmälningar snarast.

Så maila kansliet@stamning.se om du är intresserad av att delta eller har frågor om träffen! Deadline för anmälan är **28 februari**.

Håll utkik efter aktiviteter för ungdomar och unga vuxna på www.stamning.se och/eller facebookgruppen Unga som stammar.

OBS. Endast symptomfria deltagare. Vill du delta, se SSFs ersättningsregler. Det lönar sig att vara medlem.

Besök gärna SSFs hemsida: ssf.st

Facebooksida: facebook.com/skaraborgsstamningsforening/

Facebookgrupp facebook.com/groups/Skaraborgsstamningsforening/



samarbetar med



Skaraborg



SSF Vårprogram 2023 och information

7 / 12

Härnösandsläger 2023

Ett läger för ungdomar som stammar mellan 13 och 25 år



Varje år anordnas läger för ungdomar som stammar (Härnösandslägret) där man får möjlighet att träffa andra som stammar och utbyta erfarenheter, men framförallt ha roligt. Under lägerveckan förekommer varierande aktiviteter, allt ifrån sport och lek till att samtala om stamning i grupp. Det finns även mycket fritid att bara träffas, umgås och ha roligt.

På stamning.se/om-oss/var-verksamhet/ungdomsverksamhet/harnosandsveckan-tidigare/ kan ni läsa om förra årets läger som varit fantastiskt roligt, gett insikt i stamning och tillfälle att träffa många gamla och nya vänner som är i din ålder och som förstår hur det är att leva med stamning.

I sommar är det dags igen för den efterlängtdade Härnösandslägret för ungdomar som stammar. Nytt för kommande läger är att lägret kommer att vara **veckan efter midsommar**. NU är det dags att anmäla sig!

Datum: 27 juni - 2 juli 2023

Ålder: 13-25 år

Plats: Utviksgården, en lägergård som ligger vid havet utanför Härnösand ca 4 km från Högakustenbron

Kostnad: 3000 kr (i avgiften ingår mat och husrum)

För att delta på Härnösandslägret behöver du vara medlem i SSF.

Antal deltagare: Max 50 (Det brukar vara många så först till kvarn...)

Anmälan: Anmälan sker genom att fylla i anmälningsformuläret via denna länk: <https://forms.gle/WUCHTAF9VQhdmbAE8>

Vid frågor kontakta Emelie Carlstedt per telefon eller e-post:

Tel: 076-845 04 54

E-post: stamningslager@gmail.com

Sista anmälningsdag 15 mars!

Anmälan efter den 15 mars tas emot i mån av plats men då till en högre avgift.

OBS. Endast symptomfria deltagare. Vill du delta, se SSFs ersättningsregler. Det lönar sig att vara medlem.

Besök gärna SSFs hemsida: ssf.st

Facebooksida: facebook.com/skaraborgsstamningsforening/

Facebookgrupp facebook.com/groups/Skaraborgsstamningsforening/



samarbetar med



Skaraborg



Europeiskt ungdomsläger Nederländerna, den 11-20 augusti 2023

Stammar du och är mellan 18-30 år? Är du medlem i Stamningsförbundet? Vill du ut och resa och träffa andra ungdomar som stammar? I så fall kan en oförglömlig vecka i Nederländerna vara något för dig!

Erasmus+ finansierar ett ungdomsutbyte för unga vuxna som stammar, som kommer att hållas 11-20 augusti 2023 på gruppboendet Erve Aaftink i byn Lemele, i östra delen av Nederländerna. Det är sjätte gången som ungdomsutbytet kommer att organiseras, och Stamningsförbundet är ett av de deltagande länderna. Årets tema är '**Natural Connection**'.

På detta europeiska läger kretsar allt kring ett kulturellt utbyte där vi lär oss av varandra, växer, och utökar vår trygghetszon genom workshops kring temat, såsom stamning och naturen, avslappning och avkoppling, självkänsla och självförtroende, kulturella workshops, rollspel och kommunikation, och naturligtvis må-bra och ha kul, allt i en trygg miljö. Årets deltagande länder är Estland, Finland, Italien, Nederländerna, Sverige, Spanien och Tyskland.

Varje nationell stamningsförening bland de deltagande länderna får skicka **fem** deltagare mellan 18-30 år (vi strävar efter en jämn könsfördelning). Har du varit med tidigare, men vill du komma igen, sätts du på reservlistan så länge. Men oroa er inte: om något av de övriga deltagarländerna har lediga platser, kan platsen fyllas av deltagare från de andra länderna.

Deltagaravgiften beräknas bli runt 125 euro, som dras av från reseersättningen (som betalas ut efter deltagandet). Erasmus+ ersätter resekostnaderna upp till ett maxbelopp. För att se hur roligt det var tidigare är stamning.se/europeiskt-ungdomslager-tidigare/

Ta chansen och träffa andra unga européer som stammar! Är du intresserad? Hör av dig till scatsis@gmail.com, så får du veta mer, dock SENAST 28 FEBRUARI!

Endast ifall rådande covid-19 restriktionerna tillåter.



SSF Vårprogram 2023 och information

9 / 12

Inbjudningar från övriga stanningsföreningar

Vi översänder via mail de inbjudningar som kommer in till oss.

Du som vill delta på något medlemsmöte hos någon annan stanningsförening kontaktar Mary Johansson för närmare information och förmedling på telefon 076-1177968 eller via mail marybjohansson@gmail.com

Stanningsfika

Om det känns för långt mellan träffarna, kanske några av oss kan ses bara över en fika, antingen **fysiskt** (ifall rådande covid-19 restriktioner tillåter) eller **online**. Hör av dig om du är intresserad till info@ssf.st / 0705-223916, Även Stanningsförbundet har stanningsfika ibland, även för barn. Kolla på stanning.se och på förbundets sociala medier.

Till lärare

Vill du att vi pratar stanning på er skola med elever och/eller lärare, på plats (om covid-19 restriktionerna tillåter) eller online? Ta kontakt med oss på info@ssf.st / 0705-223916

SSF:s styrelse hälsar er alla VÄLKOMNA till våra träffar.

Vill du ha den senaste informationen direkt i din dator, maila då "SSF epostlista" till Mary Johansson på marybjohansson@gmail.com.

Facebook

Ni vet väl om att SSF finns på Facebook på två olika sätt?

facebook.com/skaraborgsstanningsforening är en SIDA som man kan gilla för att få senaste information från SSF på ett snabbt och enkelt sätt.

facebook.com/groups/Skaraborgsstanningsforening är en GRUPP där man kan diskutera allt mellan himmel och jord. Gruppen är sluten för att bevara vår privacy.

Hoppas vi ses på Facebook!

Stanningsförbundets Nyhetsblad

Nu kan alla, medlemmar såväl som icke medlemmar, helt kostnadsfritt, prenumerera på förbundets digitala Nyhetsblad och få den i sin mailkorg, eller läsa den online, via stanning.se/nyhetsblad/. Du är även välkommen att skriva en artikel själv, eller tipsa oss om något du har läst, eller något/någon du vill läsa om.



Besök gärna SSFs hemsida: ssf.st

Facebooksida: facebook.com/skaraborgsstanningsforening/

Facebookgrupp facebook.com/groups/Skaraborgsstanningsforening/



samarbetar med



Skaraborg



SSF Vårprogram 2023 och information

10 / 12

Talträning

TALAKademin, en grupp personer som stammar, anordnar talträningstillfällen på tisdags- och torsdagskvällar kl. 20-21 via Skype. Medlemskap i TALAKademin är fn 200kr/år. SSF sponsrar med halva medlemsavgiften för dig som taltränar regelbundet (se ersättningsregler). Vill du veta mer, hör av dig till info@ssf.st / 0705-223916



Vi har en ny folder! Hör av dig om du vill lägga ut en bunt där du bor.

Har ni förslag på aktiviteter för barn, ungdomar eller vuxna? Hör av dig. Vill ni ha föreläsare? Vem, eller vilken typ? Vill ni ha en talträningshelg? Maila oss på info@ssf.st eller ring till någon i styrelsen med dina förslag. Helgen 22-23 oktober, på och omkring den internationella stamningsdagen, planerar vi för en heldags-, eller helgaktivitet.

Vad har du för önskemål om medlemsaktiviteter under hösten 2023 eller under år 2024?

Nedanstående medlemsaktiviteter är exempel på vad som kan göras vid ett tillfälle på dagtid eller kvällstid. Hör av er till info@ssf.st eller ring till Mary 076-1177968 om du tycker det vore roligt att göra något av följande, eller kom med egna förslag.

Glasblåsning
Origami
Tälja
Svarva
Smyckestillverkning
Scrapbag
Bivaxduk
Grattiskort/julkort
Blomsterarrangemang
Juldörrkrans mm
Biljard
Räddningstjänsten

Fonus museum
Älg och bisonsafari
Texta (skriva vackert)
Bilens första hjälpen
Datastuga
Åka flotte
Smedja Therese
Polisen
Försäkringar
Vardagsjuridik
Graffiti

OBS. Alla fysiska träffar endast ifall rådande covid-19 restriktionerna tillåter

Besök gärna SSFs hemsida: ssf.st

Facebooksida: facebook.com/skaraborgsstamningsforening/

Facebookgrupp facebook.com/groups/Skaraborgsstamningsforening/



samarbetar med



Skaraborg



SSF Vårprogram 2023 och information

11 / 12

Ersättningsregler för Skaraborgs Stamningsförening/ SSF

- Reseersättning till vissa medlemsmöten utbetalas med 25 kr/mil till våra SSF-medlemmar som bor i Skaraborg (ingen ersättning om resan understiger en mil). Vill du samåka med någon, hör av dig så försöker vi ordna detta.
- Ingen reseersättning utgår till icke medlem. **Det lönar sig att bli medlem.**
- Anhöriga, icke medlemmar, övriga stamningsföreningar, logopedier och talpedagoger är välkomna att delta till självkostnadspris och kontaktar respektive anmälningsperson för information och anmälan.
- SSF betalar hälften av deltagaravgifter och resor, med billigaste färdstätt för ett barn med förälder samt ungdomar från SSF som deltar på läger som anordnas av SSF eller Stamningsförbundet (om inte den sökande får bidrag från annat håll) samt har varit SSF-medlem i minst 2 år.
- Bidrag söks i efterskott mot uppvisande av kvitto.
- Övriga som varit SSF-medlemmar i minst 2 år och boende i Skaraborg får ansöka om bidrag i god tid för resor och deltagaravgifter till olika arrangemang rörande stamning. Ansökan inlämnad efter att arrangemanget är avslutad beaktas inte. Beslut om dessa ansökningar fattas på nästkommande styrelsemöte.
- För bidrag till resor, deltagaravgifter och talträning med webbkamera eller TALAKademin talövningar gäller samma villkor som ovan. Avgiften till TALAKademin betalar medlemmen in själv och verifierar detta för kassören, om medlemmen varit aktiv med talträning under året ersätts halva medlemsavgiften vid årets slut.

Nominerade till styrelsen för 2023 är:

Ordförande: Anita Blom

Vice ordförande: Kerstin Djupström

Sekreterare: Mary Johansson

Kassör: Lars-Johan Wellner

Ledamot: Hans-Erik Eklund

Revisorer: Leif Jonasson och Annica Härefors

Kontaktpersoner till barn och föräldrar och ungdomar: Monica Käll, Vladimir Donosa

Kontaktpersoner till övriga stamningsföreningar: Mary Johansson och Vladimir Donosa

Representanter till Funktionsrätt Skaraborg och Skolgruppen: Anita Blom, Kerstin Djupström

Valberedare: Ewa Larsson och Monica Käll

Besök gärna SSFs hemsida: ssf.st

Facebooksida: facebook.com/skaraborgsstamningsforening/

Facebookgrupp facebook.com/groups/Skaraborgsstamningsforening/



samarbetar med



Skaraborg



Alla kan bli vinnare!

SSF samarbetar med ABF Skaraborg i kultur och studiecirkelverksamhet

Att få bidrag är nödvändigt för att vi ska ha möjlighet att kunna ha kvar vår verksamhet. Vår största bidragsgivare är Västra Götalands regionen och för att få detta viktiga bidrag måste vi ha **minst 100 medlemmar** inom VG regionen.

Värva en medlem och få en...



För att rekvirera lotten, kontakta Mary, 076-1177968, marybjohansson@gmail.com (Gäller hela 2023)

- **Du får:** chansen att bli miljonär
- **Den nya medlemmen får:** trevliga och lärorika aktiviteter med rabatterade avgifter, inflytande, information och gott sällskap.
- **Skaraborgs stamningsförening får:** möjlighet att anordna aktiviteter, vara den stammandes röst i samhället och i intressepolitiska sammanhang, sprida information och hålla föredrag om stamning, hålla kontakt med och påverka riksförbundet och logopeder, samt finns där för den som vill ha hjälp och stöd.

Hjälp oss hjälpa! Låt oss förbli 100!



Besök gärna SSFs hemsida: ssf.st

Facebooksida: facebook.com/skaraborgsstamningsforening/

Facebookgrupp facebook.com/groups/Skaraborgsstamningsforening/



samarbetar med



Skaraborg